

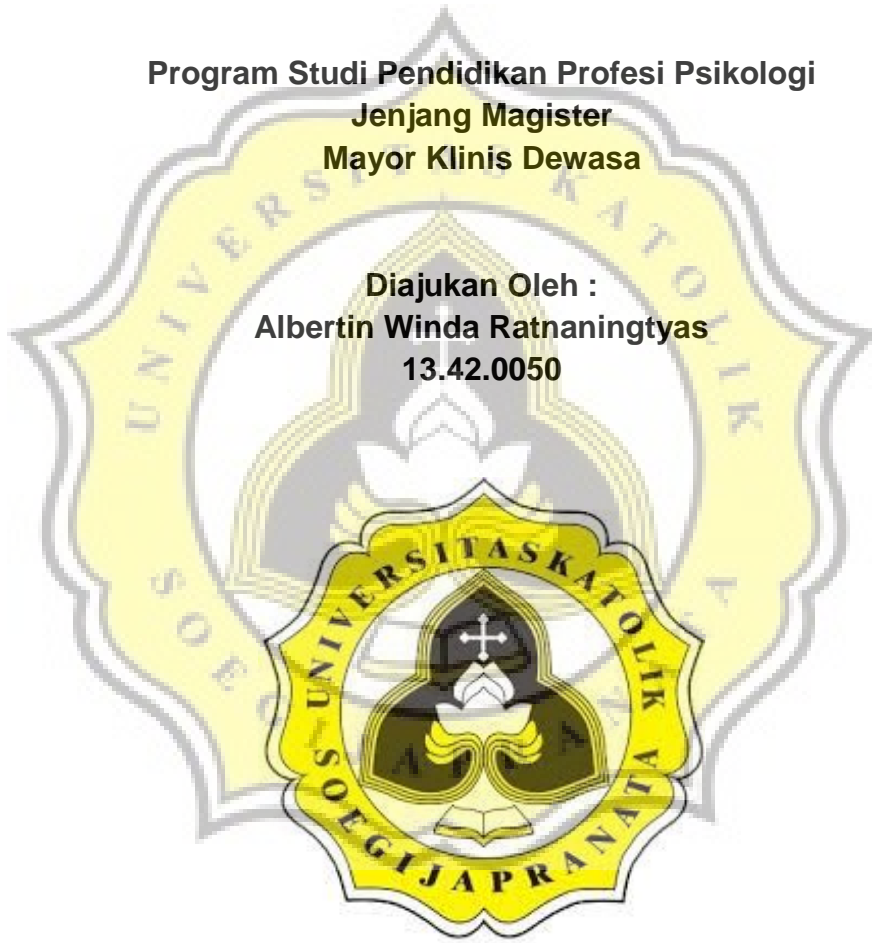
**Pengaruh *Acceptance And Commitment Therapy* Terhadap
Kesejahteraan Psikologis Pada Penderita Kanker Payudara**

TESIS

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat Magister
Profesi Psikologi**

**Program Studi Pendidikan Profesi Psikologi
Jenjang Magister
Mayor Klinis Dewasa**

**Diajukan Oleh :
Albertin Winda Ratnaningtyas
13.42.0050**



**PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI PSIKOLOGI
JENJANG MAGISTER
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2018**

HALAMAN PERSETUJUAN

Pengaruh Acceptance And Commitment Therapy Terhadap Kesejahteraan Psikologi Pada Penderita Kanker Payudara

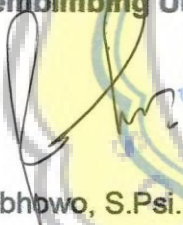
Albertin Winda Ratnaningtyas

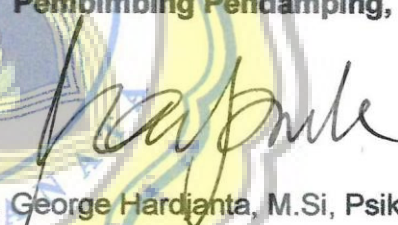
13.42.0050

Tesis ini telah disetujui sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh
gelar **Magister Profesi Psikologi** pada tanggal:

19 Juni 2018

Menyetujui,
Pembimbing Utama, Pembimbing Pendamping,


Christine Wibowo, S.Psi., M.Si, Psikolog


Drs. George Hardjanta, M.Si, Psikolog

Program Pendidikan Profesi Psikologi

Jenjang Magister

Fakultas Psikologi

Universitas Katolik Soegijapranata

Semarang

2018

HALAMAN PENGESAHAN

Pengaruh Acceptance And Commitment Therapy Terhadap Kesejahteraan Psikologi Pada Penderita Kanker Payudara

Albertin Winda Ratnaningtyas

13.42.0050

Tesis ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh
gelar Magister Profesi Psikologi pada tanggal

19 Juni 2018

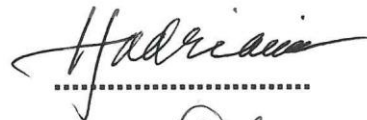
Mengetahui,
Ketua Program


Dr. Endang Widyorini, MS, Psikolog

Penguji:

Tanda Tangan

1. Dra. Emmanuela Hadriami, M.Si, Psikolog



2. Esthi Rahayu, S.Psi., M.Si, Psikolog



3. Erna Agustina Yudiati, S.Psi., M.Si, Psikolog



PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi.sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Semarang, 19 April 2018

Yang Menyatakan,



Albertin Winda Ratnaningtyas

13.42.0050

THE IMPACT OF ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY FOR PSYCHOLOGICAL WELL BEING IN BREAST CANCER PATIENT

Albertin Winda Ratnaningtyas

Soegijapranata Catholic University Semarang

Abstract

The aim of this research is to discover the impact of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) for psychological well being in breast cancer patient. Participant on this research is one-single subject, a breast cancer patient who already have chemotherapy for 2 years and still waiting for surgery. Hypothesis of this research state that there is a difference before and after Acceptance and Commitment Therapy given. The sampling technique that used in this research is purposive sampling technique and single case research with A-B-A method. The result of this research shows that there is an enhancement of psychological well being after therapy, which are scored $Z = 1,841$ and $p = 0,033$ ($p < 0,05$), and also supported with qualitative analysis. Acceptance and Commitment Therapy gives a positive impact for psychological well being in breast cancer patient.

Keywords : Acceptance and Commitment Therapy, psychological well being, breast cancer



PENGARUH ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA PENDERITA KANKER PAYUDARA

Albertin Winda Ratnaningtyas

Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Acceptance and Commitment Therapy* terhadap kesejahteraan psikologis pada penderita kanker payudara. Subjek penelitian ini merupakan subjek tunggal yaitu seorang penderita kanker payudara yang telah menjalani kemoterapi dalam kurun waktu 2 tahun terakhir dan sedang menunggu operasi. Hipotesis penelitian ini yaitu ada perbedaan kesejahteraan psikologis sebelum dan sesudah diberikan *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT). Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dan desain penelitian kasus tunggal dengan metode A-B-A. Hasil uji statistika menunjukkan nilai $Z = 1,841$ dengan nilai signifikansi $p = 0,033$ ($p < 0,05$). Berdasarkan hasil analisa statistika, analisa grafik deskriptif, dan analisa kualitatif dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan kesejahteraan psikologis subjek setelah diberikan terapi. *Acceptance and Commitment Therapy* memberikan pengaruh positif terhadap kesejahteraan psikologis pada subjek dengan penderita kanker payudara.

Kata kunci : *Acceptance and Commitment Therapy*, kesejahteraan psikologis, kanker payudara



HALAMAN PERSEMBAHAN

Ibuku tercinta, inspirasi dari seluruh pekerjaan dan kehidupanku

Ayahku tersayang, yang selalu sabar mendampingi

Kakak dan adikku, yang selalu mewarnai hariku

Terima kasih selalu ada untuk aku



HALAMAN MOTO

“Jadilah anak yang pintar” -my mom-

“Mengetahui kehendak Allah adalah hikmah terbesar, menemukan kehendak Allah adalah penemuan terbesar, dan melakukan kehendak Allah adalah prestasi terbesar” **-Criswell-**

“Jangan biarkan dirimu terpuruk oleh rasa kecewa akibat kegagalan, kalau kamu mengerjakannya dengan sepenuh daya dan kemampuanmu” -Teresa-

“Jangan mencari ketakutanmu melainkan carilah harapan dan mimpimu. Jangan berpikir tentang frustrasimu, tetapi tentang potensi yang belum terpenuhi. Perhatikan dirimu bukan dengan apa yang telah kamu coba dan gagal, tetapi dengan apa yang masih mungkin bagimu untuk melakukan sesuatu” **-Paus Yohanes XXIII-**

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji Syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Kasih atas segala rahmat, bimbingan sehingga penelitian ini bisa berjalan dengan baik. Peneliti menyadari bahwa dengan doa harapan kepada Tuhan, mampu menyelesaikan penelitian meskipun banyak hambatan yang membuat peneliti hampir putus asa. Peneliti mendapat banyak pengarahan, bimbingan, dan bantuan dari berbagai pihak yang selalu membantu dan memberikan dorongan bagi peneliti. Peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Endang Widyorini, MS selaku Ketua Program Magister Profesi Psikologi Unika Soegijapranata Semarang.
2. Ibu Christine Wibhowo, S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing utama yang memberikan bimbingan, nasihat, arahan dan dorongan untuk menyelesaikan tesis ini.
3. Bapak Drs. George Hardjanta, M.Si selaku dosen pembimbing pendamping dengan segala kesabarannya mengarahkan dan membimbing.
4. Seluruh dosen Magister Profesi Psikologi Unika Soegijapranata Semarang. yang telah memberi bekal ilmu bagi peneliti.
5. Seluruh Staf Tata Usaha Program Magister dan staff perpustakaan yang membantu kelancaran pembuatan tesis ini.
6. Subjek Ibu 'Sejuk' dan narasumber yang membantu peneliti memberikan informasi dan bantuan berharga untuk pembuatan tesis ini.

7. Ibuku tercinta yang sekarang berada di Surga, inspirasi dari seluruh kehidupan dan pembuatan tesis ini, terima kasih atas segala sesuatu yang pernah diberikan.
8. Ayahku yang selalu sabar menjaga dan membimbingku dalam kesendiriannya.
9. Kakak dan adikku dan seluruh keluargaku, penyemangat dalam hidupku.
10. Teman-temanku, “Balakaciprut”, terima kasih atas semangat dan doa kalian.
11. Teman-teman kelas Klinis Dewasa dan Magister Profesi Psikologi Angkatan 2013 yang selalu ceria.
12. Teman-teman Pusat Psikologi Terapan 2016/2017, terima kasih atas waktu yang kalian berikan untuk menyemangatiku.
13. *Cancer Support and Information Center* Suluh Hati Semarang, komunitas luar biasa dimana peneliti bisa banyak mendapat pelajaran.
14. Semua pihak yang tidak dapat di sebut satu-persatu yang telah membantu dalam penyelesaian tesis ini.

Semarang, 19 April 2018

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
UCAPAN TERIMA KASIH	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR BAGAN	xv
DAFTAR GRAFIK	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Tujuan Penelitian.....	12
C. Manfaat Penelitian.....	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kesejahteraan Psikologis Penderita Kanker Payudara	
1. Pengertian Kesejahteraan Psikologis.....	14
2. Pengertian Penderita Kanker Payudara.....	18
3. Kesejahteraan Psikologis Penderita Kanker Payudara.....	21
4. Dimensi Kesejahteraan Psikologis.....	22
5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologis.....	25
B. <i>Acceptance and Commitment Therapy</i>	
1. Pengertian <i>Acceptance and Commitment Therapy</i>	29

2. Tujuan <i>Acceptance and Commitment Therapy</i>	30
3. Proses <i>Acceptance and Commitment Therapy</i>	33
4. Pedoman Pelaksanaan	36
C. Pengaruh <i>Acceptance and Commitment Therapy</i> Terhadap Penderita Kanker Payudara.....	39
D. Hipotesis.....	49
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	50
B. Identifikasi Variabel.....	51
C. Definisi Operasional.....	51
D. Subjek Penelitian.....	52
E. Prosedur Pelaksanaan.....	53
F. Metode Pengumpulan Data.....	54
G. Metode Analisis Data.....	57
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Orientasi Kancan Penelitian	58
B. Persiapan Penelitian	58
C. Subjek Penelitian	59
D. Prosedur Penelitian	60
E. Latar Belakang Subjek	60
F. Proses Penelitian	
1. Baseline I	64
2. Proses Terapi	65
3. Baseline II	67
G. Hasil Penelitian	
1. Analisa Kuantitatif dengan Uji Statistika	67
2. Analisa Kuantitatif Deskriptif	68
3. Analisa Kualitatif	74
H. Pembahasan	80
I. Keterbatasan Penelitian	89

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	90
B. Saran	90
DAFTAR PUSTAKA.....	92
LAMPIRAN	101



DAFTAR TABEL

Pedoman Pelaksanaan Rencana Kegiatan	38
Prosedur Penelitian	60
Baseline I	64
Baseline II	65
Baseline III	67



DAFTAR BAGAN

Bagan 1 Pengaruh <i>Acceptance and Commitment Therapy</i> Terhadap Penderita Kanker Payudara	48
Bagan 2 Pengaruh <i>Acceptance and Commitment Therapy</i> Terhadap Penderita Kanker Payudara	88



DAFTAR GRAFIK

Grafik 1 Kesejahteraan Psikologis	68
Grafik 2 Aspek Kemandirian.....	70
Grafik 3 Aspek Penguasaan Lingkungan.....	70
Grafik 4 Aspek Pertumbuhan Pribadi	71
Grafik 5 Aspek Hubungan Positif dengan Orang lain.....	72
Grafik 6 Aspek Tujuan Hidup.....	73
Grafik 7 Aspek Penerimaan.....	74

